

I. Режим дошкольного возраста

1. РЕЖИМЫ ДНЯ (в дошкольном учреждении)
2. РЕЖИМЫ ДНЯ (теплое время)
3. РЕЖИМЫ ДНЯ (при $t < -15^{\circ}\text{C}$, ветер $v > 7\text{ м/с}$ продолжительность прогулки сокращается)
4. РЕЖИМЫ ДНЯ (щадающий)

II. Режим раннего возраста

Режим дошкольного возраста

РЕЖИМЫ ДНЯ (в дошкольном учреждении)

	младший	средний	старший	подготовит
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.55	8.25-8.55	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к ООД	8.55-9.00	8.55-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятие. Первый вид	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25
Занятие Второй вид	9.25-9.40	9.25-9.40	9.30-9.50	9.35-10.00
Занятие Третий вид		9.55-10.05	10.00-10.20	10.10-10.35
Второй завтрак	9.45-10.00	10.05-10.10	10.20-10.30	10.35-10.40
Игры, подготовка к прогулке	10.05-10.20	10.10-10.20	10.30-10.40	10.40-10.45
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.20-11.50	10.20-11.50	10.40-12.10	10.45-12.15
Возвращение с прогулки	11.50-12.00	11.50-12.00	12.10-12.25	12.15-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.25-12.50	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.10	12.30-15.10	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10-15.30	15.10-15.30	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50
Игры, самостоятельная деятельность	15.50-16.25	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30
Подготовка к прогулке	16.25-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40
Прогулка	16.40-18.40	16.40-18.40	16.40-18.40	16.40-18.40
Возвращение с прогулки	18.40-18.50	18.40-18.50	18.40-18.50	18.40-18.50
Игры, уход детей домой	18.50-19.00	18.50-19.00	18.50-19.00	18.50-19.00

Режим дошкольного возраста

РЕЖИМЫ ДНЯ (теплое время)

	младший	средний	старший	подготовит
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.55	8.25-8.55	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к ООД	8.55-9.00	8.55-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Организованная деятельность	9.00-9.20	9.00-9.45	9.00-10.15	9.00-10.30
Второй завтрак	9.25-9.35	9.50-10.00	10.20-10.30	10.35-10.40
Игры, подготовка к прогулке	9.35-9.50	10.00-10.10	10.30-10.40	10.40-10.45
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.50-11.50	10.10-11.50	10.40-12.10	10.45-12.15
Возвращение с прогулки	11.50-12.00	11.50-12.00	12.10-12.25	12.15-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.25-12.50	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.10	12.30-15.10	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10-15.30	15.10-15.30	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.45	15.30-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50
Игры, самостоятельная деятельность	15.50-16.10	15.50-16.15	15.50-16.40	15.50-16.50
Подготовка к прогулке	16.10-16.20	16.15-16.25	16.40-16.50	16.50-17.00
Прогулка	16.20-19.00	16.20-19.00	16.50-19.00	17.00-19.00

Режим дошкольного возраста

РЕЖИМЫ ДНЯ (при $t < -15^{\circ}\text{C}$, ветер $v > 7\text{ м/с}$ продолжительность прогулки сокращается)

	младший	средний	старший	подготовит
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.55	8.25-8.55	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к ООД	8.55-9.00	8.55-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятие. Первый вид	9.00-9.15	9.00-9.15	9.00-9.20	9.00-9.25
Занятие. Второй вид	9.25-9.40	9.25-9.40	9.30-9.50	9.35-10.00
Занятие. Третий вид		9.55-10.05	10.00-10.20	10.10-10.35
Второй завтрак	9.45-10.00	10.05-10.10	10.20-10.30	10.35-10.40
Игры, подготовка к прогулке	10.05-10.20	10.10-10.20	10.30-10.40	10.40-10.45
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.20-11.20	10.20-11.20	10.40-11.40	10.45-11.45
Возвращение с прогулки	11.20-11.30	11.20-11.30	11.40-11.55	11.45-11.50
Игры, самостоятельная и совместная деятельность	11.30-12.00	11.30-12.00	11.55-12.25	11.50-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.25-12.50	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.10	12.30-15.10	12.50-15.20	12.50-15.20
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.10-15.30	15.10-15.30	15.20-15.35	15.20-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50
Игры, самостоятельная деятельность	15.50-16.25	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30
Подготовка к прогулке	16.25-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40
Прогулка	16.40-17.40	16.40-17.40	16.40-17.40	16.40-17.40
Возвращение с прогулки	17.40-17.50	17.40-17.50	17.40-17.50	17.40-17.50

Игры, уход детей домой	17.50-19.00	17.50-19.00	17.50-19.00	17.50-19.00
------------------------	-------------	-------------	-------------	-------------

Режим дошкольного возраста

РЕЖИМЫ ДНЯ (щадящий)

	младший	средний	старший	ПОДГОТОВИТ
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.30	7.00-8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.55	8.25-8.55	8.30-8.50	8.30-8.50
Игры, подготовка к ООД	8.55-9.00	8.55-9.00	8.50-9.00	8.50-9.00
Занятие. Первый вид	9.00-9.10	9.00-9.10	9.00-9.15	9.00-9.20
Занятие. Второй вид	9.25-9.35	9.25-9.35	9.30-9.45	9.35-9.55
Занятие. Третий вид		9.50-10.00	10.00-10.15	10.10-10.30
Второй завтрак	9.45-10.00	10.05-10.10	10.20-10.30	10.35-10.40
Игры, подготовка к прогулке	10.05-10.20	10.10-10.20	10.30-10.40	10.40-10.45
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	10.20-11.50	10.20-11.50	10.40-12.10	10.45-12.15
Возвращение с прогулки	11.50-12.00	11.50-12.00	12.10-12.25	12.15-12.25
Подготовка к обеду, обед	12.00-12.30	12.00-12.30	12.25-12.50	12.25-12.50
Подготовка ко сну, дневной сон	12.30-15.20	12.30-15.20	12.50-15.25	12.50-15.25
Постепенный подъем, воздушные, водные процедуры	15.20-15.30	15.20-15.30	15.25-15.35	15.25-15.35
Подготовка к полднику, полдник	15.30-15.50	15.30-15.50	15.35-15.50	15.35-15.50
Игры, самостоятельная деятельность	15.50-16.25	15.50-16.30	15.50-16.30	15.50-16.30
Подготовка к прогулке	16.25-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40	16.30-16.40
Прогулка	16.40-18.40	16.40-18.40	16.40-18.40	16.40-18.40
Возвращение с прогулки	18.40-18.50	18.40-18.50	18.40-18.50	18.40-18.50
Игры, уход детей домой	18.50-19.00	18.50-19.00	18.50-19.00	18.50-19.00

Режим раннего возраста

РЕЖИМЫ ДНЯ (в дошкольном учреждении)

	Холодное время	Теплое время	Щадящий	При $t < -15^{\circ}\text{C}$, ветер $v > 7\text{ м/с}$
Прием, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00-8.20	7.00-8.25	7.00-8.20	7.00-8.20
Подготовка к завтраку, завтрак	8.20-8.40	8.25-8.45	8.20-8.40	8.20-8.40
Игры, самостоятельная деятельность	8.40-9.10	8.40-9.10	8.40-9.10	8.40-9.10
Занятие по подгруппам:				
-первая подгруппа	8.50-9.00	8.50-9.00	8.50-8.55	8.50-9.00
-вторая подгруппа	9.00-9.10		9.00-9.05	9.00-9.10
Второй завтрак	9.10-9.20	9.05-9.15	9.10-9.20	9.10-9.20
Игры, подготовка к прогулке	9.20-9.35	9.15-9.25	9.20-9.35	9.20-9.35
Прогулка (игры, наблюдения, труд)	9.35-11.35	9.25-11.35	9.35-11.35	9.35-10.35
Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность	11.35-11.50	11.35-11.50	11.35-11.50	10.35-10.50
Игры, самостоятельная и совместная деятельность				10.50-11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10	11.50-12.10
Спокойные игры, подготовка ко сну	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20	12.10-12.20
Дневной сон	12.20-15.20	12.20-15.20	12.20-15.25	12.20-15.20
Постепенный подъем, самостоятельная деятельность	15.20-15.35	15.20-15.35	15.25-15.35	15.20-15.35
Полдник	15.35-15.45	15.35-15.50	15.35-15.45	15.35-15.45
Игры, самостоятельная деятельность	15.45-16.10	15.50-16.05	15.45-16.10	15.45-16.10
Занятие по подгруппам:				
-первая подгруппа	15.50-16.00	15.50-16.05	15.50-15.55	15.50-16.00
-вторая подгруппа	16.00-16.10		16.00-16.05	16.00-16.10
Подготовка к прогулке	16.10-16.30	16.10-16.25	16.10-16.30	16.10-16.30
Прогулка	16.30-18.30		16.30-18.30	16.30-17.30
Прогулка, уход домой		16.25-19.00		
Возвращение с прогулки	18.30-18.40		18.30-18.40	17.30-17.40
Игры, уход детей домой	18.40-19.00		18.40-19.00	17.40-19.00